

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МБОУ НОВЛЯНСКАЯ СОШ \_\_\_\_\_ ЛЕБЕДЕВА О.А.

ДЕНЬ 18.11.2012

| Приём пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                | Выход, г. | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--------------------------------------|-----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | Гор.блюдо   | 302    | Греча рассыпчатая                    | 180       | 11-80 | 581,38       | 0,38  | 64,16 | 0,62     |
|            | Гор.напиток | 859    | Компот из свежих фруктов             | 200       | 5-54  | 110,00       | 0,20  | 0,20  | 22,30    |
|            | Хлеб        | 7      | Хлеб ржаной                          | 80        | 3-76  | 115,80       | 4,20  | 0,67  | 20,75    |
|            |             | 246    | Гуляш говяжий                        | 100       | 48-72 | 182,25       | 12,55 | 12,99 | 4,01     |
| Завтрак 2  | Фрукты      | 338    | Мандарин                             | 100       | 19-00 | 38,00        | 0,80  | 0,00  | 8,60     |
|            |             |        | кондитерское изделие (варенье)       | 70        | 12-80 | 367,0        | 5,0   | 14,0  | 68,0     |
| Обед       |             |        | кисломолочное (сметана)              | 05        | 66-00 | 327,0        | 2,8   | 2,5   | 11,0     |
|            | Закуска     | 70     | Огулец солёный порционный            | 160       | 8-40  | 13,00        | 0,80  | 0,10  | 1,70     |
|            | 1 блюдо     | 168    | Суп с рыбными консервами             | 250       | 22-25 | 142,58       | 6,97  | 5,49  | 12,77    |
|            | 2 блюдо     | 286    | Тефтели мясные                       | 80\80     | 35-52 | 223,00       | 11,78 | 12,91 | 14,90    |
|            | Гарнир      | 312    | Картофельное пюре с маслом сливочным | 180       | 12-00 | 174,02       | 2,34  | 16,71 | 3,79     |
|            | Сладкое     |        |                                      |           |       |              |       |       |          |
|            | Хлеб белый  |        |                                      |           |       |              |       |       |          |
|            | Хлеб чёрный | 7      | Хлеб ржаной                          | 80        | 3-76  | 115,80       | 4,20  | 0,67  | 20,78    |
|            | Напиток     | 379    | Кофейный напиток                     | 200       | 4-79  | 55,35        | 1,20  | 1,33  | 10,27    |